

Содержание:

image not found or type unknown



ВВЕДЕНИЕ

Внимание – один из самых удивительных психологических феноменов. Как в трудовой, так и в учебной деятельности мы не смогли бы обойтись без внимания. И чем сложнее и ответственнее нам предстоит работа, тем больше мы предъявляем к нему требований. Ученик не смог бы хорошо сосредоточиться на выполнении заданий в контрольной работе и, следовательно, получить хорошую оценку. Офисному сотруднику, наверное, было бы сложно написать отчёт, а ведь от этого может зависеть его зарплата. Внимательность необходима человеку даже в его повседневной жизни. Чем больше мы проявляем внимательность к тем, кто нас окружает тем больше, мы получаем взамен. При общении с другими людьми, быть внимательным к собеседнику, к тому, что он говорит. Так же внимательность необходима в спорте, в вождении автомобилем и многих других вещах.

Конечно, нельзя быть абсолютно внимательным. В каких-то определённых ситуациях мы присматриваемся, прислушиваемся, обдумывая данную задачу, мы направляем внимание на объекты внешнего мира или на свою внутреннюю жизнь, проявляя его в определённых ситуациях. С каждым годом мир вокруг нас становится всё более развитым, совершенным, ритм жизни вместе с тем ускоряется, человеку необходимо уметь всё быстро схватывать, анализировать, распознавать, где важное, а где второстепенное, принимать нестандартные решения. Соответственно и роль внимания в нашей жизни тоже усиливается. Людям со слабым вниманием сложно долго не отвлекаться от предмета. Держать в своём поле зрения шесть или семь предметов это достаточно трудно. У большинства людей внимание просто перескакивает с предмета на предмет. Это не слишком хорошо, так как мы не можем достаточно сконцентрироваться. Чаще всего нам легче удерживать внимание на том, что важно для нас, сложнее же сосредоточиться на вещах, которые нам не интересны, не увлекательны. Но даже внимательность можно немного развить, причем в любом возрасте.

Но для того чтобы развивать внимательность нам необходимо знать что это такое, как оно работает. Внимание уже достаточно долго вызывает споры и сомнения у учёных по ряду поводов. Является ли внимание познавательным процессом? Можно ли его считать самостоятельным психическим явлением? Или же это процесс и результат организации психической деятельности? Действительно в системе психологических феноменов внимание занимает своё особое положение. Оно включено во все

остальные психические процессы, и выступает как их часть, и изучать его как что-то отдельное достаточно затруднительно. Ведь любая деятельность невозможна без участия внимания. Но не смотря на сложности внимание и его свойства исследовали ряд учёных, таких как Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, Т. Рибо и многие другие. Были изобретены способы для исследования внимания, а так же его развития у детей и взрослых разных возрастов.

Быть внимательным – очень ценное качество для человека, а также это большой и очень ценный вклад в общий интеллектуальный капитал человека. Ведь развитие внимания развивает и наш интеллект. Тренировать, развивать свой интеллект необходимо хотя бы для того чтобы со временем его не утратить. А развитый интеллект это достойное качество жизни в любой ситуации и в любом возрасте.

Вниманию - в психологии уделяется достаточно немало места. В литературе можно отыскать довольно большое количество терминов различных определений. Внимание остаётся одной из самых проблемных областей психологии и на сегодняшний день. Таким образом, актуальность и практическая значимость вопросов о том, что же такое внимание и способы его исследования натолкнули меня на выбор темы работы: «Эмпирические исследования свойств внимания».

Актуальность данной темы заключается в том, что внимание является одним из главных психических процессов. Внимания, а так же его частных свойств влияют на развитие общего интеллекта ребёнка, да и у взрослых людей внимание тесно связано с интеллектом. Внимание активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент психологические и физиологические процессы, отбирает поступающую и обеспечивает сосредоточенность на объекте в течение более долгого времени.

Целью данной работы является:

-изучение внимания, рассмотрение структуры, сущности, внимания,

-проанализировать психологические теории внимания,

-рассмотреть методы исследования внимания.

Структура работы. Работа состоит из введения, двух глав и заключения. Общий объём работы 17 страниц компьютерного текста.

Что такое внимание

Внимание представляет собой некий психологический феномен, который по сей день вызывает споры у множества учёных. Это один из важнейших факторов который формирует силу и результативность интеллекта. Внимание определяет более успешную ориентировку человека в окружающем мире и чёткое отражение его в самой психике человека. Из достаточного большого количества раздражителей в мире мы не реагируем на все сразу, а выделяем только определённые, которые более всего значимы для нас. С одной стороны внимание рассматривается как самостоятельный, независимый психический процесс, с другой же стороны существует множество споров к какому классу можно отнести внимание. Так что же такое внимание? *Внимание* – это направленность, сосредоточенность психической деятельности на определенных значимых сигналах. Это сосредоточенность деятельности субъекта на данный момент времени, на каком либо реальном объекте, предмете или образе.

Направленность внимания означает определённое ограничение поля восприятия, выборочный характер психической деятельности, при которой человек выбирает из совокупности сигналов только те, которые считает важными лишь для самого себя. Благодаря направленности внимания деятельность продолжается на более длительном промежутке времени. Последовательность направления внимания зависит от двух групп факторов: структура внешних раздражителей и структура внутреннего поля, выражаемого деятельностью человека (степень новизны, напряжение раздражителя). Другой важной характеристикой внимания является *сосредоточенность*. Под сосредоточенностью подразумевается большая или же наименьшая погружённость в деятельность. Чем сложнее задача, тем более напряженно должно быть внимание, другими словами требуется большая углублённость. Направленность и сосредоточенность тесно связаны друг с другом. Следовательно, значит, что внимание это погружение в деятельность, сосредоточение на ней. Одно не может существовать без другого. Когда человек направляет своё внимание на что-то, то одновременно он на этом

сосредотачивается. И наоборот, сосредотачиваясь на чём-либо, параллельно на это направляется и внимание. Но не эти два понятия никак не могут быть тождественными. Направленность отвечает за переход от одного вида деятельности к другому, сосредоточенность же связана с углублением в занятие.

По поведенческим и физиологическим показателям можно выделить источники и конструкции включения в процессы познания. Благодаря этим источникам можно разделить внимания на три вида:

- Непроизвольное

- Произвольное

- Послепроизвольное

Непроизвольное внимание – функционирует, переключается с предмета на предмет самостоятельно, независимо от воли и сознания человека. Оно возникает невольно от намерений самого человека. Непроизвольное внимание активируется при:

- действию сильных и контрастных раздражителей и движущихся объектов.
- несовпадении сенсорных впечатлений со сложившейся нервной моделью стимула.
- действию жизненно важных для личности и организма раздражителей
- сохранении продолжительной готовности для восприятия объекта и готовности для совершения действия

В непроизвольном внимании так же выделяют: вынужденное – определяется внешними факторами среды; невольное – как правило, проявляется в минуты отдыха, привлекают объекты, которые находятся ближе всего или более бросаются в глаза; привычное – внимание привлекается к алгоритму деятельности.

Произвольным вниманием наоборот распоряжается сам человек, оно находится под его всеобщим контролем и возникает только тогда, когда человек ставит перед собой определённую систему действий. Произвольное внимание включается при словесных приказах или инструкциях, которые необходимо запомнить или же обратить внимание на объекты, самоинструкциях. Существуют также разновидности произвольного внимания: волевое внимание – проявляется в условиях затруднений достижения целей; выжидательное – особенно хорошо наблюдается в проведении задач на бдительность; произвольное – сознательное

внимание.

Благодаря произвольному вниманию человек способен получать из памяти конкретные сведения, принимать правильные решения, решать, что для него более важно.

Послепроизвольное внимание – постоянный спутник повседневной жизни человека, оно возникает, если личность длительно осуществляет какую-либо деятельность. Этот вид внимания был предложен отечественным психологом Н.Ф. Добрыниным. Имеет довольно обширный спектр состояний, начиная с умеренного внимания к объектам деятельности и заканчивая полной поглощенностью деятельностью.

Разделяют шесть свойств внимания: *устойчивость, концентрация, распределение, переключаемость, отвлекаемость, предметность* и *объём*. Все данные свойства могут встречаться во всех видах внимания.

Устойчивостью внимания называют длительное удержание, привлечение внимания к одному и тому же предмету или деятельности. Объекты деятельности и сама деятельность может меняться, но общее направление остаётся постоянным. Основным условием для устойчивости внимания является разнообразность получаемых впечатлений и выполняемых действий. Для того чтобы длительно удерживать внимание на каком либо объекте необходимо открывать его новые стороны. Противоположным состоянием устойчивости является отвлекаемость, легко отвлекающими являются эмоциональные или внезапные раздражители. У каждого человека устойчивость внимания различна. Один человек может долго, сосредоточенно и не отрываясь заниматься своей работой, тем временем как другой будет очень часто отвлекаться от предмета своей деятельности. По результатам исследования Николая Николаевича Ланге, устойчивость чаще всего не превосходит 2 – 3 секунд, максимально доходя до 12 секунд, после чего внимание начинает колебаться.

Сосредоточенность внимания на одной деятельности или одном объекте, процесс погружения в него называется *концентрацией внимания*. Иногда бывает так, что человек читая книгу или смотря фильм, не обращает внимание ни на что вокруг. Противоположность сосредоточенности - рассеянность. В этом состоянии человек не может сосредоточиться, чаще всего оно возникает при наличии важных раздражителей, сильном утомлении.

Может ли внимание распределяться между несколькими деятельностью сразу? Конечно может, и в нашей жизни это постоянно необходимо. *Распределение внимания* – это способность удерживать во внимании две или более различных деятельности и выполнять их. Умение

распределять внимание развивается с возрастом. Дети хуже распределяют внимание, чем взрослые, для этого у них нет необходимого опыта. Но развивать распределение внимания необходимо.

Переключаемость внимания – сознательный переход от одного предмета или действия к другому. Быстрота переключения зависит от интенсивности внимания по отношению к предыдущей деятельности и от того насколько новая деятельность может привлечь внимание. Частое переключение внимания нежелательно потому, что это требует достаточно больших усилий и к тому же может осложнить проведение выполняемых деятельностей. Чаще всего бывает легче переключиться с выполнения более лёгкой вида деятельности на сложный, нежели наоборот. Переключение внимания может быть *произвольным* и *непроизвольным*. Произвольное внимание свидетельствует об уровне волевого контроля субъекта. Непроизвольное внимание связано с отвлечением, что является появлением сильных внезапных раздражителей или же показателем степени неустойчивости психики. Но такую неустойчивость не всегда нужно воспринимать только лишь как отрицательное качество, так как она способствует временному отдыху организма и восстановлению работоспособности нервной системы человека. С переключаемостью внимания тесно связаны два процесса: *отключение* и *включение* внимания. Отключение внимания характеризуется процессом отвлечения внимания, тем как включение является переключением внимания на предмет и концентрированность на нём.

Отвлекаемость внимания - это непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой. Возникает при воздействии внешних раздражителей на человека, погружённого в этот момент в какую-либо деятельность. Отвлекаемость бывает двух видов: внешняя и внутренняя. Внешняя отвлекаемость появляется под реакцией внешних раздражителей и при этом произвольное внимание становится непроизвольным. Внутренняя отвлекаемость возникает под воздействием сильных переживаний, посторонних эмоций, из-за отсутствия интереса к деятельности, которой в данный момент увлечён человек.

Выделение определённых, основных комплексов сигналов связанных с поставленной основной задачей называется *предметностью* внимания.

Количество отдельных не связанных друг с другом объектов, которые человек может держать одновременно в поле своего зрения с достаточной ясностью, составляют *объём* внимания. У каждого человека объём внимания будет различен но, опыты показали, что в среднем объём внимания примерно равен от 2 до 5 объектов. Такое ограничение вынуждает делить поступающую информацию на части, не превышая возможности «обрабатывающей системы». В отличие от других свойств внимания объём никак нельзя изменить благодаря тренировке или с помощью обучения.

Обычное противопоставление вниманию – *рассеянность*. Рассеянность результат слабого внимания, его неустойчивости. Человек не может надлительное время сосредоточится на каком либо предмете, его внимание постоянно перемещается с одного объекта на другой. Чаще всего рассеянность проявляется у детей, так как они ещё не способны на длительное время сосредотачиваться на чём-то. У взрослых это тоже наблюдается, но чаще всего в состоянии усталости или болезни.

Выделяется два типа рассеянности:

- подлинная
- мнимая

Подлинная рассеянность проявляется, в неспособности человека сосредоточится, в определённый необходимый для него период времени на одном объекте. Он легко отвлекается и с большим трудом концентрируется на объекте своей деятельности. Причиной возникновения подлинной рассеянности может служить расстройство нервной системы, умственное и физическое переутомление, а так же разбросанность интересов. *Мнимая рассеянность* – результат особой сосредоточенности на одном предмете, следственно на остальных окружающих объектах внимание не может быть зафиксировано.

Внимание, как психический процесс, имеет свои этапы развития. Их выделяют два:

- дошкольный этап (внимание развивается в большей степени объектами окружающей среды)
- этап школьного развития (развивается внимание связанного с внутренними установками человека)

Впервые месяцы жизни у ребёнка возникает только непроизвольное внимание. Ребёнок реагирует исключительно на внешние раздражители. Начиная примерно с 3 месяцев, ребёнка уже начинают интересовать внешние объекты, а в 5-7 он уже

способен более долго рассматривать какой-либо предмет. Произвольное внимание в своей первой форме обычно проявляется к концу первого – началу второго года жизни. Окружающие его люди постепенно требуют выполнения от него каких-либо действий, ребёнок вынужден обращать внимание на требуемое от него действие. Большое значение в развитии произвольного внимания имеют игры. Параллельно с произвольным вниманием ещё больше развивается и непроизвольное внимание. Этому способствуют беседы с родителями, игры в которых дети подражают взрослым, манипулирование с игрушками, знакомство с большим количеством предметов. В более старшем возрасте развитием произвольного внимания служит учебная деятельность. Первоначально под указанием

учителя он, следуя определённым указаниям, выполняет работу, приобретая умения выполнять задания самостоятельно. Он сам ставит цель и контролирует свои действия, что собственно и есть его произвольное внимание.

Изучение внимания и методы его исследования

Очевидная значимость внимания в жизни человека привлекла к себе внимание многих учёных. Однако при его изучении у исследователей возникали вопросы и трудности в определении, что же всё-таки такое «внимание» и те феномены, которые с ним связаны. Основной проблемой являлось то, что учёные не могли прийти к единому мнению относительно этого вопроса.

Одним из учёных изучавших внимание был *Лев Семёнович Выготский*. Он пытался проследить историю развития внимания. Он считал, что история развития внимания ребёнка это история развития организованности его поведения и что ключ к генетическому пониманию внимания лежит вне личности ребёнка, а не в нём самом. Выготский предполагал, что развитие внимания заключается в том, что с помощью взрослого ребёнок усваивает определённые знаки, с помощью которых в дальнейшем он направляет своё внимание и поведение. С возрастом внимание ребёнка улучшается. Начиная с дошкольного возраста и достигая максимума в школьном возрасте, происходят различия в произвольном и непроизвольном внимании, но потом они вновь уравниваются. Так же Выготский считал значительно важным для педагогики употребление языка как средства направления внимания и указателя к образованию, так как благодаря ему ребёнок входит в межличностное общение, что способствует личностному развитию. Изначально для ребёнка речь взрослого является скорее процессами дисциплинирования, но постепенно употребляя то же самое средство овладения вниманием по отношению к себе, ребёнок переходит к самоуправлению поведением.

За Выготским следующим кто обратился к проблеме внимания был *Пётр Яковлевич Гальперин*. Он сделал два вывода касающихся трудности изучения внимания: во-первых, внимание не выступает как самостоятельный психический процесс, а во-вторых, оно не имеет собственного специфического продукта. Гальперин рассматривал внимание как один из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности, направленный на содержание психических явлений, возникающих в процессе познания.

Основной функцией внимания является обеспечение контроля над правильностью содержания психических процессов на высоком уровне. Основные положения этой концепции следующие:

- внимание один из моментов ориентировочно-исследовательской деятельности
- в отличие от других процессов внимание не имеет отдельного, особенного результата
- внимание становится самостоятельным процессом, когда действие не только умственное, но и сокращённое
- произвольное внимание осуществляется только по заранее составленному плану
- всё внимание выполняющее функцию контроля (непроизвольное и произвольное) является формированием новых умственных действий

Следующий учёный *Александр Романович Лурия* так же изучавший внимание, считал что, оно не может быть поставлено в ряд с остальными психическими процессами, являясь одной из сторон этих процессов. Ведь оно необходимо и при мышлении, и при действии, и при восприятии. При участии внимания психическая деятельность становится более сформированной. И с вниманием мы воспринимаем всё в упорядоченном характере.

Теодюль Рибо считал, что внимание неотъемлемо связано с эмоциями и движениями человека. Эмоции вызывают у человека внимание и в сочетании с движениями способны сосредотачивать и задерживать его на объекте. Не зависимо от того насколько слабое или же сильное внимание оно всегда связано с эмоциями и вызывается ими. Рибо видел особую тесную связь между эмоциями и произвольным вниманием. Он полагал, что интенсивность такого внимания связана с интенсивностью и продолжительностью эмоциональных состояний с объектом внимания. Так же он предполагал, что состояние внимания сопровождается не только эмоциями, но также изменениями физиологического состояния организма.

Изучение внимания и его справедливая оценка нужны при решении многих задач, как в учебной, так и в трудовой деятельности. Например, проблема профориентации, достаточно много профессий предъявляют особые требования к определённым свойствам внимания. Человек с малоподвижным вниманием вряд ли сможет качественно работать там, где требуются многочисленные контакты с большим количеством людей, а человек с неустойчивым вниманием не сможет работать водителем. С проблемой внимания приходится часто сталкиваться и в школах, ведь это отражается на успеваемости учеников.

Существуют методы для изучения внимания, в основном они разделяются на экспериментальные и не экспериментальные. Не экспериментальные методы могут основываться на сборе объективной информации об особенностях внимания. Среди таких методов основным является – наблюдение. Экспериментальный метод требует более строгих правил к исследованиям, но благодаря ему, мы можем дать более точную оценку

исследуемым свойствам внимания. Материал для таких исследований, как правило, представляется в виде таблиц или бланков с цифрами, буквами, геометрическими фигурами.

Каждое свойство внимания изучается в определённых целях и своими методами.

- Для изучения объёма внимания обычно приводятся определённое количество предметов, которые могут быть ясно восприняты субъектом. Исследование объёма проводится путём анализа числа представленных предметов. Для этих целей используется прибор, позволяющий предъявлять определенное число раздражителей в такое короткое время, за которое испытуемый не может перевести глаза с одного объекта на другой.
- Исследование концентрации и устойчивости внимания определяет, насколько стойко сохраняется внимание к определённой задаче.
- Чтобы изучить распределение внимания используют задания с различным сочетанием задач. При этом необходимо чтобы обе задачи одновременно требовали внимания и не были связаны друг с другом.
- При изучении переключаемости задачей испытуемого является совмещение двух или более задач экспериментатора, показатель переключаемости – скорость выбора.

Для изучения концентрации внимания используют методику *«Исследования концентрации внимания»* с помощью субтеста *«Арифметический»* из теста

Векслера. В данном тесте испытуемому предлагается устно решить ряд арифметических задач. Задачи расположены по нарастающей сложности решения. В данном тесте даётся оценка не только верности ответа, но и затраченному времени на его решение. В состав экспериментального материала входят: секундомер, ручка, стимульный материал. Такой метод изучения внимания предназначен для испытуемых старшего возраста.

Так же для исследования концентрации внимания существует ещё одна популярная методика «*Перепутанные линии*» *А. Рисса*. Данная методика позволяет исследовать не только концентрацию внимания, но и его устойчивость. Испытуемому даётся бланк, на котором изображено 25 линий, каждая из них начинается с одной стороны бланка и заканчивается с другой. Задачей является зрительно проследить, как идёт каждая линия и у какой цифры она заканчивается. Время для выполнения всей работы отводится 10

минут. В конечном результате подсчитывается количество и проведённых линий и количество ошибок. Эту методику можно давать для выполнения детям старше 5 лет.

Определить уровень устойчивости внимания позволяет методика «*Таблицы Шульте*». Эта методика создана немецким психотерапевтом Вальтером Шульте, с её помощью проверяется устойчивость внимания, а также она служит для тренировки внимания, скорости реакции и усвоения большого количества информации. Таблицы Шульте представляют собой обычно 5 квадратов, каждый квадрат представляет собой матрицу, состоящую из 25 клеток (5 по вертикали и 5 по горизонтали). Внутри этих таблиц не по порядку расположены числа от 1 до 25. В исследовании с помощью данной методики испытуемому или испытуемым (работа может проводиться как с одним человеком, так и в парах) даются поочерёдно каждая таблица, и предлагается отыскать и показать в ней числа в порядке возрастания. При работе с данными таблицами концентрируется внимание, развивается способность ориентироваться в больших объёмах информации. Для проведения данной методики необходим секундомер, таблицы Шульте, бланк ответов. Данную методику можно проводить как с детьми, так и с взрослыми.

Развить и определить уровень переключаемости внимания может помочь методика «*Красно - чёрная таблица*» *Горбова*. Эта методика кажется простой с первого взгляда, но при выполнении у некоторых людей возникают трудности. Красно - чёрная таблица имеет схожие черты с таблицей Шульте, но всё же они заметно

отличаются. Эта таблица представляет собой таблицу из красных и чёрных чисел. Чёрные числа идут от 1 до 25, а красные от 1 до 24, все числа расположены в случайной комбинации, так что логически запомнить их нельзя. Детский вариант таблицы немного отличается, он составляет ряд чёрных чисел от 1 до 13 и красных от 1 до 12. Испытуемому необходимо отыскать в попеременном поиске чёрные числа в возрастающем порядке и красные числа в убывающем порядке. Основным показателем здесь будет служить время выполнения задания. Работать с этой таблицей так же можно и с детьми и с взрослыми.

Для определения уровня избирательности внимания часто используют методику, разработанную немецко-американским психологом *Гуго Мюнстербергом*, которая имеет название в честь своего создателя «*Методика Мюнстерберга*». Испытуемому предоставляется буквенный текст, среди этого текста за отведённое ему время он должен как можно

быстрее просматривая текст найти в нём слова и подчеркнуть их. Всего в тексте содержится 25 слов. Время на выполнение этого задания даётся 2 минуты. Исследование может проводиться, как с одним человеком, так и в парах, состоящих из экспериментатора и испытуемого. В качестве экспериментального материала для данной методики понадобится: секундомер, ручка и стимульный материал. В данной методике оценивается количество найденных слов и количество ошибок (пропущенных или неправильно выделенных слов). Данную методику достаточно часто используют на профотборе, так как она показывает избирательность внимания, и степень помехоустойчивости. С этой методикой смогут справиться не только взрослые, но и дети.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной работе мы изучили такой психологический феномен как внимание. Внимание играет большую роль в жизни человека и является неотъемлемой её частью. Оно активизирует или же наоборот тормозит ненужные нам в определённый момент психологические и физиологические процессы. Внимание – это направленность, сосредоточенность нашего сознания, на каком-то определённом объекте. Объектом для внимания может послужить всё что угодно: предметы и их свойства, явления, мысли, наши чувства и чувства других людей, свой собственный внутренний мир. Внимание необходимо для качественного выполнения любого рода деятельности. Оно необходимо и детям для успешной

учёбы и взрослым для выполнения разного рода работ. Ни один психический процесс не может протекать, не сосредотачивая при этом внимания. Мы не сможем заметить предмет, если не сфокусируем на нём своё внимание или же не поймём, что нам будут говорить, если не сосредоточимся на этом. Человек даже может не почувствовать боли если его внимание будет сосредоточено не чём то другом, а если наоборот сосредоточится на своих чувствах, ощущениях то можно их усилить.

У каждого человека уровень внимания разный. И при изучении внимания у разных людей стоит это учитывать. Но даже у одного и того же человека возможно колебание качества внимания, это зависит от различных факторов таких как утомление, общее состояние организма, отношение человека к предлагаемому виду деятельности или его эмоционального состояния. Но у человека включено всегда.

Внимание человека может быть нарушено. Проявлением нарушения внимания являются рассеянность, повышенная отвлекаемость или же малая подвижность внимания. Человек с нарушенным вниманием не сможет долгое время концентрировать на каком-то предмете либо виде деятельности. В некоторых случаях внимание человека просто перескакивает с одного вида деятельности на другой, не давая возможности сосредоточиться на чём-то одном. Или же наоборот человеку достаточно сложно переключать своё внимание с одного предмета на другой. Причиной нарушения внимания может быть повреждение нервной системы, переутомляемость или же состояние организма во время болезни.

У детей внимание развито гораздо меньше, чем у взрослых. При рождении у ребёнка имеется только непроизвольное внимание. Он способен реагировать только на внешние раздражители. Только когда ребёнок немного подрастает, его начинают интересовать внешние предметы. Он сначала

рассматривает их, потом пытается попробовать на ощупь. Так постепенно формируется произвольное внимание. Лучшему его формированию способствуют окружающие ребёнка люди, прося сделать его что-то. Тогда он должен сосредотачивать внимание на требуемое от него действие и выполнять его. Большой вклад в развитие произвольного внимания вносят игры, а в старшем возрасте учёба. Непроизвольное внимание развивается параллельно вместе с произвольным.

Внимание имеет основные свойства: устойчивость, концентрация, распределение, переключаемость, отвлекаемость, предметность и объём. Эти свойства составляют

основу внимания и развитость каждого из них достаточно важна. На протяжении долгого времени их и само внимание в целом изучали целый ряд учёных. Но с изучением внимания возникали проблемы, и эти проблемы вызывали споры и разногласия учёных. Но, тем не менее, каждый из них выдвигал свои версии и вносил свои коррективы в общее понятие о том, что такое внимание, из чего оно состоит и как формируется.

Большинство же учёных пришло к выводу, что формировать внимание и развивать его, конечно же лучше в детском возрасте, но были созданы методики способные помочь развить внимание, да и просто определить уровень развития и сформированности его свойств. В данный момент эти методики используются во многих областях. В детских садах и школах для проверки правильного формирования внимания ребёнка. При приёме на какую либо работу, для проверки уровня развитости свойства внимания необходимого конкретно в данной профессии. Некоторые люди просто ради интереса проходят данные методики, так как некоторые из них сейчас находятся в свободном доступе, например в интернете.

Несмотря на то, что исследования внимания рождают множество сложных и неразрешённых вопросов, они несомненно важны для человека. Ведь нам необходимо знать о том, как это можно развить улучшить, чтобы это помогало нам в успешной учёбе, работе. Зная этапы развития внимания, родитель или педагог может помочь ребёнку в его развитии. Изучение психики человека и его личности становятся всё более совершенными. Находятся всё более новые методы для изучения различных процессов. Человек благодаря этому сможет больше узнать о себе и своих способностях.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Л. И. Сутормина Основы психологии / Л. И. Сутормина: Маркет ДС, 2008. - 64-68 с.
2. Антон Могучий Развитие интеллекта, внимания, памяти / Антон Могучий: Издательство АСТ, 2017. - с.17-47
3. Л. С. Выготский Психология развития человека [электронный ресурс] / Л. С. Выготский- 2005. - с.114-130/ Режим доступа: http://yanko.lib.ru/books/psycho/vugotskiy-psc_razv_chel-4-istoriya_razvitiya_vysshyh_psih_funkciy.pdf/

4. Тест Мюнстерберга [электронный ресурс]/тест Мюнстерберга/ Режим доступа: <http://testoteka.narod.ru/pozn/1/26.html/>
5. Н. И. Чуприкова Психика и психические процессы система понятий общей психологии [электронный ресурс] / Н. И. Чуприкова // Внимание в системе психологических понятий - 2015. - с.112-150 / Режим доступа: https://www.pirao.ru/upload/iblock/c04/psihika_i_psihicheskie_processy.pdf/
6. Э. Г. Григорян Особенности внимания в деятельности специалистов медицинских учреждений [электронный ресурс] / Э. Г. Григорян // Особенности внимания в деятельности специалистов медицинских учреждений-2014. / Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/v/osobennosti-vnimanija-v-professionalnoy-deyatelnosti-spetsialistov-meditsinskih-uchrezhdeniy/>